

## 点検! インフルエンザ予防

著者	内藤 みほ
雑誌名	新潟日報 上越かわらばん
巻	555
ページ	2
発行年	2013-02-03
URL	<a href="http://hdl.handle.net/10631/1051">http://hdl.handle.net/10631/1051</a>

毎年12月〜翌年3月はインフルエンザの流行期です。予防の基本は流行前のワクチン接種、手洗い、うがい、加湿、マスク、咳エチケットなどが挙げられます。厚生労働省や県、市でも情報

を発信しており、皆さんも一度は目にしたことがあるかもしれません。ここで予防策を既に実行している方が多いとは思いますが、慣れてくると自己流になったり、省略してしまったりしがちで

ます。流水と石鹼で手についたバイキン（微生物）を洗い流すことが大事です。この時、洗い残しが多い部分として、指先（爪の間）、親指、手さ

い、うがい、加湿、マスク、咳エチケットなどが挙げられます。厚生労働省や県、市でも情報

を発信しており、皆さんも一度は目にしたことがあるかもしれません。ここで予防策を既に実行している方が多いとは思いますが、慣れてくると自己流になったり、省略してしまったりしがちで

ます。流水と石鹼で手についたバイキン（微生物）を洗い流すことが大事です。この時、洗い残しが多い部分として、指先（爪の間）、親指、手さ

## 点検！インフルエンザ予防

ます。流水と石鹼で手についたバイキン（微生物）を洗い流すことが大事です。この時、洗い残しが多い部分として、指先（爪の間）、親指、手さ

い、うがい、加湿、マスク、咳エチケットなどが挙げられます。厚生労働省や県、市でも情報

を発信しており、皆さんも一度は目にしたことがあるかもしれません。ここで予防策を既に実行している方が多いとは思いますが、慣れてくると自己流になったり、省略してしまったりしがちで

ます。流水と石鹼で手についたバイキン（微生物）を洗い流すことが大事です。この時、洗い残しが多い部分として、指先（爪の間）、親指、手さ

い、うがい、加湿、マスク、咳エチケットなどが挙げられます。厚生労働省や県、市でも情報

を発信しており、皆さんも一度は目にしたことがあるかもしれません。ここで予防策を既に実行している方が多いとは思いますが、慣れてくると自己流になったり、省略してしまったりしがちで

ます。流水と石鹼で手についたバイキン（微生物）を洗い流すことが大事です。この時、洗い残しが多い部分として、指先（爪の間）、親指、手さ

い、うがい、加湿、マスク、咳エチケットなどが挙げられます。厚生労働省や県、市でも情報

を発信しており、皆さんも一度は目にしたことがあるかもしれません。ここで予防策を既に実行している方が多いとは思いますが、慣れてくると自己流になったり、省略してしまったりしがちで

ます。流水と石鹼で手についたバイキン（微生物）を洗い流すことが大事です。この時、洗い残しが多い部分として、指先（爪の間）、親指、手さ

を発信しており、皆さんも一度は目にしたことがあるかもしれません。ここで予防策を既に実行している方が多いとは思いますが、慣れてくると自己流になったり、省略してしまったりしがちで

ます。流水と石鹼で手についたバイキン（微生物）を洗い流すことが大事です。この時、洗い残しが多い部分として、指先（爪の間）、親指、手さ

い、うがい、加湿、マスク、咳エチケットなどが挙げられます。厚生労働省や県、市でも情報

を発信しており、皆さんも一度は目にしたことがあるかもしれません。ここで予防策を既に実行している方が多いとは思いますが、慣れてくると自己流になったり、省略してしまったりしがちで

ます。流水と石鹼で手についたバイキン（微生物）を洗い流すことが大事です。この時、洗い残しが多い部分として、指先（爪の間）、親指、手さ